Mega

IUNIE 2019

MEGA IMAGE

Soarele ne cheamă la joacă!

Scanează și poți vedea cum se gătesc 12 dintre rețetele recomandate în revistă

GRATUIT

www.mega-image.ro | www.facebook.com/MegaImageRomania

Colgate

ZÂMBETE MICI CU VISURI MARI

Pastă de dinți
Colgate Smiles Junior 6+
~~6,39~~ **5,11** LEI

Cumpără oricare două produse

PALMOLIVE lady Speed Stick

în valoare de minimum **18 RON** și trimite prin SMS la **3789** nr. bonului fiscal alături de textul MEGA și poți câștiga prin tragere la sorți:

Smartwatch | Dispozitive de curățare facială | Seturi de îngrijire Palmolive

Gel de duș Palmolive Clay 500 ml diverse sortimente

Săpun lichid Palmolive Clay 250 ml diverse sortimente

Promoția este valabilă în perioada 01-26 iunie, în magazinele Mega Image participante. Înscrierea la tragerea la sorți pentru a câștiga unul dintre premiile participante se face prin trimiterea unui SMS la 3789, număr cu tarif normal în rețelele Vodafone, Orange și Telekom, cu numărul bonului fiscal, urmat de textul MEGA. Imaginile premiilor sunt cu titlu de prezentare. Pentru mai multe detalii despre campanie consultați regulamentul oficial disponibil la cerere către Colgate-Palmolive România. Păstrați bonul fiscal pentru validare.

POȚI CÂȘTIGA UN SAFARI CU CEI DRAGI

Cereale Nestlé, diverse sortimente
11^{60} LEI

1. **CUMPĂRĂ** CEREALE DE MIC DEJUN NESTLÉ CU AMBALAJ PROMOȚIONAL
2. **INTRĂ** PE WWW.NESTLE-CEREALS.COM/LION-KING ȘI **INTRODU CODUL** DE PE EXTERIORUL AMBALAJULUI
3. AFLĂ DACĂ **AI CÂȘTIGAT** UN TROLER ȘI ÎNSCRIE-TE ÎN TRAGEREA LA SORȚI PENTRU VACANȚA ÎN TANZANIA!

100x TROLERE CU DESIGN DIN FILM

Imagine cu titlu de prezentare.

Perioada campaniei: **03.06.2019 – 15.08.2019.** Numărul total al premiilor: 101 (VACANȚĂ ÎN TANZANIA ȘI VALIZE CU ROLE), cu valoare totală 99 731 lei. Păstrează bonul fiscal în original pentru validare. Regulamentul este disponibil, în mod gratuit, pe Nestle cereals.com/lion-king sau la infoline 0800 863 785 sau oricărui solicitant printr-o cerere la adresa contact@ro.nestle.com

SUMAR

IUNIE

4 **NOUTĂȚI**
Bucurii mari și mici

8 **INGREDIENT DE SEZON**
Cadoul naturii

11 **MEGA FORMATS**
Extravaganța bunului gust

12 **IDEI DE SEZON**
Surprize în luna copilăriei

14 **DOAR LA MEGA-UL TĂU**
Fructe și legume cu gust de vară

16 **SECRETE ȘI TRUCURI**
Exotic și consistent

19 **REȚETE DE COLECȚIE**

22 **FOCUS**

27 **COMBINAȚII GUSTOASE**
Crutoane de milioane

29 **DESERTUL MEU PREFERAT**
Înghețată vegană

30 **DOSAR**
Luna iunie este sinonimă cu vacanța

34 **ALEGERI ISTEȚE**
Bunătăți... neașteptate

36 **JOACĂ ÎN BUCĂTĂRIE**
Porridge, rapid și gustos

38 **GENERAȚIA COOL**
Kit gustos pentru un ritm alert

40 **WINE GALLERY**

41 **EQUILIBRIUM**

43 **LIFESTYLE**
Proaspăt și aromat

45 **ÎNGRIJIRE**
Pregătiți de plajă

46 **ADVERTORIAL**
WOW, it's raw & bio!

OFERTĂ VALABILĂ ÎN PERIOADA 30.05 – 25.06.2019

PREȚURILE DIN ACEST CATALOG SUNT EXPRIMATE ÎN LEI ȘI INCLUD TVA. PRODUSELE SUNT DESTINATE VÂNZĂRII CU AMĂNUNTUL ȘI POT FI ACHIZIȚIONATE ÎN LIMITA STOCULUI DISPONIBIL. PRODUSELE VOR FI COMERCIALIZATE ÎN ANUMITE MAGAZINE DIN REȚEAUA MEGA IMAGE, CONFORM POLITICII INTERNE. IMAGINILE PRODUSELOR AU CARACTER DEMONSTRATIV ȘI NU CONSTITUIE OBLIGAȚII CONTRACTUALE. INFORMAȚIILE CUPRINSE ÎN CATALOG AU CARACTER INFORMATIV ȘI SE BAZEAZĂ PE CERCETĂRI ÎN DOMENIUL ALIMENTAR, RAPOARTE NUTRIȚIONALE ȘI STUDII REALIZATE DE PRODUCĂTORI; ACESTE INFORMAȚII NU SUBSTITUIE SFATUL MEDICULUI SAU AL ALTUI SPECIALIST, NU TREBUIE CONSIDERATE SFATURI MEDICALE, LEGALE SAU PROFESIONALE ȘI TREBUIE FOLOSITE NUMAI PE PROPRIA RĂSPUNDERE.
Detalii despre companie și programul magazinelor, pe www.mega-image.ro. Poți comanda și online produsele Mega Image semnalizate cu simbolul pe www.mega-image.ro sau www.emag.ro.
Acest catalog publicitar nu se comercializează. Conținutul acestuia este proprietatea Mega Image și nu se acordă drepturi de reproducere pentru fragmente sau conținutul acestuia ca întreg pe niciun canal public (print, online, radio, TV) fără acceptul prealabil al companiei, conform reglementărilor legale –Legea nr. 8/1996 privind dreptul de autor și drepturile conexe.
Mega Image nu își asumă responsabilitatea pentru eventualele erori ori omisiuni tipografice.

Publicație editată de S.C. MEGA IMAGE S.R.L. / Sediu: Bd. Timisoara, nr.26, Centrul comercial Plaza Romania Offices, etaj 2, sector 6, Cod postal: 061331; Cod de înregistrare în scopuri de TVA: RO 6719278; J40/27872/1994; Capital social: 486.512.630 lei.

15%*

ÎNGHEȚATĂ FLAMINGO
CORSO PLAY, 73G
~~3,99~~
3,39 LEI

10%*

ÎNGHEȚATĂ FUN
PIRULO, 56G
~~1,99~~
1,79 LEI

Pauza de dulce

Potrivite pentru o pauză binemeritată de dulce, dar și pentru o aniversare, torturile de brânză cremoasă, cu blat de biscuiți crocanți și unt, sunt desertul ideal de împărțit cu cei dragi. Nu trebuie decât să-ți alegi topping-ul preferat și să-l servești în maximum 12 ore de la decongelare.

10%*

CHEESECAKE CU CARAMEL & NUCI
KARUMS, 600G
~~49,99~~ **44,99 LEI**

10%*

CHEESECAKE CU ZMEURĂ
KARUMS, 600G
~~49,99~~ **44,99 LEI**

Cel mai iubit desert

Sărbătorește ziua de 1 iunie la iarbă verde sau într-un parc de distracții și nu uita să adaugi pe lista de cumpărături și multă înghețată. Noile sortimente vă vor cuceri definitiv!

Bucurii MARI și MICI

Ziua copilului este cel mai bun prilej pentru a petrece timp în plus alături de cei care ne fac viața mai frumoasă. Cum orice petrecere vine cu surprize, alege din noutățile acestei luni și nu vei da greș! Și pentru că și cei mari... tot copii sunt, inspirați-vă din produsele care vă sunt adresate și savurați noile arome și gusturi!

BĂUTURĂ CARBOGAZOASĂ CU AROME DE CAISE & PIN
COCA COLA, 250ML
3,29 LEI

Arome noi în sticle unicat

Adună-ți gașca de prieteni pentru o petrecere de neuitat și dezvăluie-le surpriza serii: noile arome surprinzătoare ale băuturii voastre preferate!

BĂUTURĂ CARBOGAZOASĂ CU AROME DE MURE & IENUPĂR
COCA COLA, 250ML
3,29 LEI

BĂUTURĂ CARBOGAZOASĂ CU AROME DE MĂR & SOC
COCA COLA, 250ML
3,29 LEI

APĂ MINERALĂ NATURALĂ PLATĂ
EVIAN, 310ML
3,99 LEI

Joacă și hidratare

Mickey Mouse, frumușica Minnie, rățoiul Donald sau simpaticul cățel Goofy se numără oare printre personajele preferate ale micuțului tău? Fă-i o surpriză și transformă personajele animate de pe ambalaj într-un partener de joacă neașteptat.

**la un produs cumpărat; preț valabil prin casa de marcat.*

CRACKERS CU AROMĂ DE BRÂNZĂ CHEDDAR
GULLON, 250G
11,99 LEI

CRACKERS CU SEMINȚE
GULLON, 250G
11,99 LEI

Gusturi noi

Gata de o nouă aventură culinară? Adaugă biscuiții sărați în salata preferată, în supa cremă de broccoli sau servește-i lângă pasta de năut (hummus) ori de avocado (guacamole).

Tabieturi matinale

Noile capsule de cafea mențin aroma intensă din boabele L'OR atent selecționate și oferă o spumă mai bogată, cremoasă și fină. La Mega Image poți alege dintr-o gamă de patru noi sortimente: Ristretto (intensitate 11), Forza (intensitate 9), Lungo Profondo (intensitate 8) și Spendente (intensitate 7).

CAPSULE DE CAFEA, DIVERSE SORTIMENTE
L'OR, 10 CAPSULE
16,99 LEI

Gustare crocantă

Sățioși, crocanți și gustoși, covrigeii cu ulei de măsline bio sunt bineveniți și într-un moment de pauză, la muncă, dar și alături de un pahar cu bere, la întâlnirea cu prietenii.

25%*

COVRIGEI CU ULEI DE MĂSLINE BIO
TARALLI, 200G
~~8,49~~ **6,79 LEI**

Invitați speciali la mic-dejun

Unicorni la mic-dejun, de ce nu? Mai ales dacă ai la masă un mic mofturos. Pune pe lista de cumpărături noile cereale în formă de inele crocante, delicioase, cu arome și culori naturale, iar copiii se vor bucura de un mic-dejun echilibrat și distractiv.

CEREALE FROOT LOOPS
KELLOGG'S, 375G
12,99 LEI

20%*

PORRIDGE BIO, SUPERFOOD, FĂRĂ GLUTEN
TURTLE, 400G
~~29,99~~ **23,99 LEI**

Combinația perfectă

Într-un amestec echilibrat de fulgi și tărâțe de ovăz, fără gluten, semințe de chia și fructe goji, terciul de ovăz sau porridge cum mai este cunoscut este o variantă hrănitoare pentru cea mai importantă masă a zilei sau pentru o gustare.

CAFEA INSTANT
NESTLE, 100G
12,49 LEI

CAFEA INSTANT BIO
CAFÉ PLUS, 100G
18,99 LEI

Aroma dimineților perfecte

Nu ai auzit ceasul deșteptător sau alarma telefonului și nu ai timp pentru întregul ritual al cafelei? Fii practic și alege cafeaua instant! Adaugă apă fierbinte sau lapte peste o linguriță cu cafea instant și cafeaua-i gata!

Giusto

Te bucuri de fructe!

Un produs de calitate
ROMAQUA GROUP BORSEC

14 IUNIE
ZIUA MONDIALĂ A DONATORULUI DE SÂNGE

NU AI REUȘIT ÎNCĂ SĂ AJUNGI LA CENTRUL DE TRANSFUZII? VENIM NOI LA TINE!

TE AȘTEPTĂM ÎN:

MEGA IMAGE PLAZA - 6 IULIE
MEGA IMAGE DRISTOR - 7 IULIE
MEGA IMAGE CORBEANCA - 20 IULIE
MEGA IMAGE BĂNEASA - 21 IULIE

MEGA IMAGE

SÂNGELE NU SE CUMPĂRĂ, SE DONEAZĂ

SUNĂ Mega!
NON-STOP, GRATUIT
0800.410.900

VOLUNTARIAT ȘI IMPLICARE SOCIALĂ

Institutul Național de Hematologie Transfuzională. Centrul de Transfuzie Sanguină București

Cadoul naturii

Roșia este unul dintre cele mai îndrăgite și căutate ingrediente de pe mesele românilor, mai ales vara!

Savurează-le astfel:

• Feliile de roșii, simple, cu sare sau stropite ușor cu ulei de măsline ne răcoresc în miez de vară, iar gustul lor dulce și zemos chiar ne duce cu gândul la piersici!

• Roșiile mari și cărnoase, scobite cu atenție apoi umplute cu amestec de carne tocată și codimente, cu orez sau cușcuș, la cuptor sau crude, sunt un deliciu culinar.

• Bulgărașii de roșii cherry alături de mozzarella fresco, busuioc și ulei de măsline extravirgin - un brunch perfect pentru un început de weekend.

• Roșii uscate așezate pe foitaj, la cuptor- numai bune pentru o seară de adolescenți înnebuniți după chipsuri!

• Sosul de roșii iubește pastele, pizza, ciorbele și carnea.

• Sosul de roșii aromatizat poate fi o băutură în sine, cu sau fără alcool!

• Roșiile bine coapte și cât mai naturale pot fi folosite și pentru îngrijirea tenului.

Știai?

• Roșiile sunt, de fapt, fructe, nu legume.
• Provine din America Latină, iar în Europa se cultivă din sec 19. La început se credea că sunt otrăvitoare!
• China este cel mai mare producător din lume.
• Există aproximativ 10.000 de tipuri de roșii în întreaga lume.
• Nu trebuie păstrate la frigider!

INFO PRODUSE
0800.410.900
NON-STOP, GRATUIT
SUNĂ Mega!

ULEI DE MĂSLINE EXTRVIRGIN
MONINI, 500ML
20,89 LEI

MUGURI DE PIN
365, 150G
19,99 LEI

CUȘCUȘ
PANZANI, 500G
4,79 LEI

OREGANO AMBALAT
DELHAIZE, CALITATEA 1, ROMÂNIA, 15G

Scanează codul alăturat și vizionează online cum se prepară această rețetă.

ROȘII UMPLUTE

INGREDIENTE PENTRU 6 PORȚII: • 6 roșii medii/mari • 2 roșii Roma • ½ castravete de seră • ½ ardei capia/gras roșu • 4 fire de ceapă verde • 50 g semințe de pin • 50 g cușcuș cu bob mare • 50 ml apă fiartă • 2-3 linguri cu zeamă de lămâie • 2-3 linguri cu ulei de măsline extravirgin • 10-12 fire de chives • piper proaspăt măcinat • sare

Pune cușcușul într-un castron, toarnă deasupra apa fierbinte, un strop de sare și o lingură cu ulei de măsline. Amestecă, acoperă și lasă deoparte 20-30 de minute, până când apa este absorbită de bobițele de cușcuș. Potrivește gustul de sare și piper și adaugă, treptat, zeama de lămâie.
Spală cele șase roșii, taie-le în partea de sus un capac și scobește-le, cu atenție, în interior. Păstrează miezul (opțional).
Taie cubulețe roșiile Roma, ardeiul și castravetele, ceapa verde și firele de chives și pune-le în castronul cu cușcuș.
Încinge o tigaie, fără grăsime, și rumenește semințele de pin. Adaugă-le peste amestecul de cușcuș și legume, toarnă uleiul rămas, potrivește gustul de sare și piper, dacă este cazul și amestecă. În funcție de preferințe, adaugă și miezul de roșii păstrat, tăiat cubulețe.
Umple roșiile cu amestecul pregătit și lasă-le la rece o oră, cât să se întrepătrundă aromele.
Sugestie. Pentru un plus de aromă și prospețime, poți adăuga în amestec și câteva fire de mărar și/sau pătrunjel verde tocat mărunt.

INTRĂ ÎN VIBE DE BECK'STIVAL!

CUMPĂRĂ PRODUSE BECK'S
ÎN VALOARE DE MINIMUM 12 LEI,
TRIMITE NUMĂRUL BONULUI FISCAL
PRIN SMS LA 1744 ȘI POȚI CÂȘTIGA:

100x
INVITAȚIE DUBLĂ LA SUMMER WELL

200x
BOXĂ PORTABILĂ

Campania se desfășoară în rețeaua magazinelor Mega Image, în perioada 01-30 iunie 2019. Număr total de premii: 300. Premii în limita stocului disponibil. Imaginile sunt cu titlu de prezentare. Pentru mai multe informații sună la Infoline 031.730.5007, apel cu tarif normal de luni până vineri între orele 9 și 17. Regulament complet disponibil gratuit pe www.becks.ro.

Alege să consumi Beck's cu moderație.

Extravaganța BUNULUI GUST

De la tradițional la fusion, există multe concepte de meniuri în marile bucătării ale lumii, dar poate între cele mai interesante sunt cele care combină dulcele cu sărat, texturile moi cu cele dure, brânzeturile maturate cu dulcețuri sofisticate.

Concept store-urile Mega Image te conduc într-o călătorie a simțurilor pe toate continentele, în întâlniri pe care ți le vei aminti cu siguranță. Iar Fromageria este unul dintre cele mai fascinante concepte Mega Image, pentru că este dincolo de un magazin cu brânzeturi gourmet, este o poveste despre cultura brânzeturilor în lume, cu peste 100 de sortimente.

Franța, Elveția, Anglia, Irlanda, Germania, Danemarca, Olanda, Spania, Italia și România și-au dat întâlnire pe tărâmul producătorilor din regiuni faimoase pentru tradiția în prepararea brânzeturilor, al mărcilor de origine controlată (DOC, DOP) și al indicațiilor geografice protejate (IGP).

Și pentru că un platou de brânzeturi se potrivește perfect cu feliile translucide din specialități de carne, specialiștii Mega Image vă recomandă în Fromagerie exact acele Prosciutto Crudo ori Jamon Iberico care se combină perfect cu brânzeturile alese. Fiecare sortiment de brânză poate fi potrivit cu fructe, proaspete sau uscate, ori cu dulcețuri, iar personalul specializat din magazine vă va face sugestiile potrivite gustului vostru.

Așadar? Un Comté sau poate Brie de Meaux? Poate Morbier ori Villa trufo? Raclette?

Dacă v-am incitat papilele gustative, pregătiți-vă pentru o adevărată simfonie a simțurilor la Fromagerie Mega Image, de unde puteți achiziționa și platourile de servit și cuțitele speciale pentru brânzeturi.

Găsești *Fromagerie* la următoarele Mega Image:
• Băneasa • Piața Gemenii • Ion Mihalache • Cobălcescu • Tomis (Constanța) • Maison de Chefs.

***Mini Fromagerie* în magazinele Mega Image:**
• Barbu Văcărescu • Magheru • București Noi • Paleologu • Sisești.

Cluj: • Mega Image Platinia • Mihai Viteazu • Bistriței • Șagului.

SURPRIZE ÎN LUNA COPILĂRIEI

Indiferent de anii pe care-i purtăm, prima zi a lunii iunie merită sărbătorită așa cum se cuvine: cu bucurie alături de cei care ne fac viața mai frumoasă. Așa că dă o fugă până la cel mai apropiat Mega Image pentru a umple coșul cu bunătăți și pentru a te asigura că toată familia va avea energia necesară pentru o zi întreagă de joacă și distracție.

10%*

Combinația perfectă

Noul Nesquick Opti-Start instant te ajută să-i oferi copilului tău un mic-dejun echilibrat! Preparată simplu, cu laptele preferat, cacaua instant acoperă și necesarul de vitamine, dar și fier, atât de important în dezvoltarea armonioasă a copiilor!

NESQUICK OPTI-START CACAO INSTANT
NESTLE, 400G
~~9,41~~ **8,47 LEI**

BĂUTURĂ RĂCORITOARE CARBOGAZOASĂ
ROBBY BUBBLE, 750ML
8,99 LEI

Șampania copiilor

Produsă pentru prima dată în anul 1994, "șampania" pentru copii este cea mai potrivită alegere pentru momentele festive. Nu conține alcool, desigur, și are un gust de fructe foarte plăcut.

15%*

MINI ÎNGHEȚATĂ, DIVERSE SORTIMENTE
MAGNUM
~~20,99~~ **17,84 LEI**

Rontăieli delicioase

Adăugate în lapte, iaurt sau kefir ori chiar într-un smoothie de fructe și legume, cerealele crocante îmbogățite cu fructe și nuci, îți asigură cel mai bun mod de a începe diminețile!

MUSLI CROCANT CU MIGDALE & AFINE
DELHAIZE, 350G
10,99 LEI

Răsfățuri... înghețate

Răsfățul binemeritat pentru cei care iubesc înghețata în toate formele și aromele ei!

**la un produs cumpărat; preț valabil prin casa de marcat.*

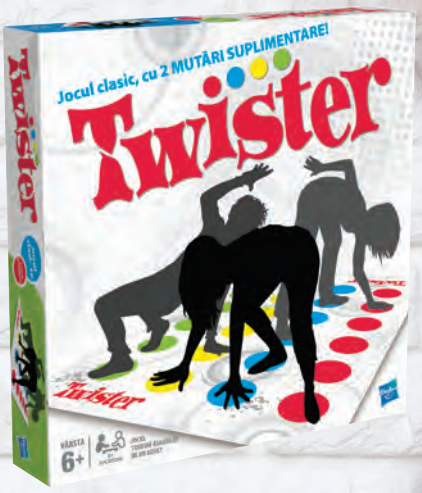
Special de 1 iunie

Cel mai frumos cadou pe care-l poți face copilului tău este să-ți petreci întreaga zi alături de el, fără termene limită, fără e-mailuri sau apeluri cu colegii de muncă. 1 iunie este ziua copiilor, doar a lor! Iar când vrei un timp de răgaz între două partide de tenis sau de fotbal, cât să-ți mai tragi sufletul, alege unul dintre jocurile pe care vi le propunem, mai ales că întreaga familie se poate strânge în jurul lor!

ACTIVITY ORIGINAL
119,00 LEI

PĂPUȘĂ SHIMMER FASHION DISNEY
59,99 LEI

JOC TWISTER
99,99 LEI



30 JOCURI ÎNTR-UNUL SINGUR
39,99 LEI

NERF LASER DISRUPTOR
84,00 LEI

Gusturi românești
de la gospodari

FRUCTE ȘI LEGUME CU GUST DE VARĂ

Întreg sezonul cald, prioritatea noastră este să-ți aducem gustul pe care l-ai așteptat tot anul: de prospețime, de România, de fructe și legume ca odinioară!

Colaborăm cu fermieri locali ca tu să te poți bucura de bunătăți abia culese, ce păstrează gustul autentic românesc!

VINO ȘI CONVINGE-TE SINGUR!

ÎȚI ADUCEM LEGUME CRESCUTE DE GOSPODARI ÎN SOLARII

ACUM 6 ANI AM PORNIT ÎN CĂUTAREA GUSTURILOR AUTENTICE ROMÂNEȘTI

Atunci s-a întâmplat frumoasa întâlnire cu gospodarii de pe meleaguri românești ce se îngrijesc să păstreze vii tradițiile în cultivarea legumelor de sezon.
Împreună cu ei am făcut o promisiune: să vă aducem pe voi, cei care ne treceți pragul zilnic, mai aproape de roșiile cu gust de copilărie, castraveții cu gust de prospețime, vinetele cu gust de apus, ardeii crocanți și salatele ce păstrează gustul de la țară!

LEGUME CU GUST DE ROMÂNIA

Echipele noastre de profesioniști sunt alături de gospodari încă din momentul pregătirii culturii, de atunci când legumele zemoase sunt doar o mică sămânță! Și își consideră treaba încheiată abia când gustă ei înșiși din recolta culeasă!

GUSTĂ VARA!

GUSTUL INCONFUNDABIL DE PROSPEȚIME, ÎN FIECARE ZI LA MEGA-UL TĂU

Peste 140 de producători locali fac parte din rețeaua noastră

Peste 86 de hectare de solarii sunt lucrate cu drag zilnic, pentru gustul inconfundabil de odinioară

Solul și apa sunt testate și analizate înainte de plantare

Semințele sunt atent selecționate pentru ca tu să te bucuri o vară întreagă de legume cu gust autentic

Specialiști în domeniu supervizează fiecare pas al culturii

Legumele sunt testate când sunt gata coapte, să fim siguri că ne respectăm promisiunea: legume cu gust de vară!

Exotic și consistent

Ales corect și bine copt, avocado este mai mult decât un experiment culinar exotic! Este un fruct de al cărui gust te poți bucura în orice moment al zilei. Și pe care îl poți combina cu doar câteva ingrediente, zeama de lămâie și uleiul de măsline, dar îl poți include și în rețete sofisticate.

Secrete

• nu devine maro după tăiere, dacă este stropit imediat cu zeamă de lămâie
• și sâmburele împiedică decolorarea, așadar lasă-l cât de mult în jumătățile de avocado
• se coace mai repede într-un vas plin cu făină
• necopt, se păstrează într-o pungă de hârtie maro, bine închisă
• dacă este prea tare, se prepară din el o salată, un sufleu sau o supă
• dacă aveți o cantitate prea mică de avocado, aceasta se poate înmulți cu brânză de vaci cremoasă sau crème fraîche cu ierburi aromatice sau usturoi
• combinat cu roșii, lămâie, ulei de măsline, cu ceapă roșie sau cu castraveți, cu creveți ori cu ouă, avocado își dezvăluie aromele și beneficiile
• simplu: taie-l în două pe lung, răsucește cele două părți în jurul sâmburelui, stropește cu puțină lămâie pulpa, gustă!
• desfă-l și scoate cu linguriță pulpa, asezonează cu lămâie, ceapă tocată mărunt și ulei de măsline și pune compoziția pe felii de pâine prăjită
• guacamole (sos pentru crutoane, grisine sau chipsuri): pregătește miezul ca mai sus, asezonat cu lămâie, sare, piper, chili, ceapă tocată mărunt și roșii bine coapte. Dacă vrei un sos fin, blendează tot, dacă nu, păstrează roșiile cubulețe
• gustul în salată este proaspăt și dens. Alătură-l unei salate de crevete cu mango și baby spanac și asezonează cu lămâie și ulei de măsline.
• în sandwich sau burger înlocuiește cu succes orice maioneză! Trebuie doar pasat miezul și amestecat cu puțin ulei de măsline și lămâie
• folosit ca mască de îngrijire a tenului, ajută pielea să-și păstreze luminozitatea având un conținut extrem de bogat de vitamina B.

INFO PRODUSE
0800.410.900
NON-STOP, GRATUIT
SUNĂ Mega!

Scanează codul alăturat și vizionează online cum se prepară această rețetă.

CREMĂ DE CIOCOLATĂ CU ALUNE

INGREDIENTE PENTRU 4 PORȚII: • 2 avocado mari, ready to eat • 3-4 linguri cu miere/sirop de agave/sirop de arțar • 1 linguriță cu extract de vanilie • 50 g cacao • 10 alune de pădure • un praf de sare

Încinge o tigaie, fără grăsime, și rumenește alunele câteva minute, până încep să-și degaje aromele. Dă-le deoparte și lasă-le să se răcească. Pune-le într-un recipient cu capac, închide-l ermetic și agită-l de câteva ori pentru a desprinde cojile uscate.

Pune în blender alunele și mixează-le câteva secunde, până ajung la consistența dorită.

Adaugă fructele de avocado curățate de coji și sâmburi. Adaugă îndulcitorul preferat, vanilia, sarea și cacaua și mixează până când toate ingredientele formează o cremă potrivit de fină. La final, potrivește gustul de dulce.

Pune-o într-un borcan cu capac și dă-o la rece. Servește-o simplă, alături de fructe de sezon, alune și bucățele de ciocolată, sau folosește-o pentru a decora un blat de tort sau prăjitură.

LA STRADA®
CONTEMPORARY GELATO

Răsfață-te o zi la edenSPA

x 5 premii de răsfăț

15%*

La Strada 120ml diverse sortimente

~~7,70~~
6,54 LEI

13%*

La Strada 500ml diverse sortimente

~~18,38~~
15,99 LEI

Cumpără orice sorbet sau înghețată LA STRADA din magazinele Mega Image și înscrie bonul pe www.la-strada.com/megaimage. Poți câștiga prin tragere la sorți una din cele 5 zile de relaxare la Eden Spa. Valoarea totală a premiilor acordate este de 5000 lei + TVA. Perioada promoției este 03 iunie - 14 iulie 2019. Produsele participante: toate sortimentele de înghețată și sorbet LA STRADA 120ml și 500ml. Regulamentul este disponibil pe www.la-strada.com/megaimage.

PASTE CU SOS PESTO

GATA ÎN 30 DE MINUTE

Scanează codul alăturat și vizionează online cum se prepară aceste rețete.

GATA ÎN 30 DE MINUTE

GNOCCHI CU CIUPERCI

PASTE CU SOS PESTO

INGREDIENTE PENTRU 4 PORȚII: • 455 g paste fusilli • 80 g frunze de busuioc • 1 cățel de usturoi • 35 g semințe de pin • 120 ml ulei de măsline extravirgin • 60 ml apă • 50 g parmezan ras • 50 g fulgi de parmezan • sare • piper

CUM SĂ FACI:

Fierbe pastele conform instrucțiunilor de pe pachet.
Înainte de a le scurge, pune deoparte o cană cu apa în care au fiert pastele.
Într-un blender, pune frunzele de busuioc, usturoiul, semințele de pin și câte o jumătate de linguriță rasă cu sare și piper proaspăt râșnit. Mixează câteva secunde, pentru a le zdrobi. Toarnă deasupra apa și 1-2 linguri cu ulei de măsline extravirgin. Mixează din nou, mai mult, până amestecul se transformă într-un sos omogen. Treptat, toarnă toată cantitatea de ulei, mixând foarte bine. Pune sosul într-un castron și încorporează parmezanul ras.
Pune pastele fierte și scurse într-o tigaie încăpătoare. Adaugă sosul pesto și un pic din apa păstrată, amestecă. Dacă mai este nevoie, pentru un plus de cremozitate, mai toarnă câte puțină apă în care au fiert pastele fusilli.
Stinge focul, presară fulgii de parmezan și servește imediat.

GNOCCHI CU CIUPERCI

INGREDIENTE PENTRU 4 PORȚII: • 460 g gnocchi • 450 g ciuperci champignon feliate • 1 lingură cu ulei de măsline • 2 linguri cu unt • 2 căței de usturoi • sare • piper proaspăt râșnit **PENTRU SOSUL PESTO:** • 35 g frunze de busuioc • 35 g nuci decojite • 160 ml ulei de măsline extravirgin

CUM SĂ FACI:

Încinge uleiul într-o tigaie înaltă. Adaugă gnocchi, acoperă și lasă pe foc mic aproximativ 5-6 minute. Pune apoi ciupercile și mai lasă pe foc 5-6 minute.
Într-un blender, pune usturoiul, frunzele de busuioc, miezii de nucă rumeniți în prealabil într-o tigaie, fără grăsime. Mixează ingredientele și toarnă apoi deasupra uleiul de măsline extravirgin. Asezonează cu sare și piper.
Toarnă sosul obținut peste amestecul de gnocchi, ciuperci și unt, asezonează după gust, dacă mai este cazul, și mai lasă pe foc 5 minute. Servește preparatul imediat și alătură-i un pahar cu vin alb rece.

Fulga®
BUNĂTATE DE LAPTE

SURPRIZE MUUUAGICE
PENTRU PRIETENII DE NEDESPĂRȚIT!

FULGA
LAPTE UHT 1,5% 200ml
diverse sortimente

1 X

Tabără pentru 2 persoane
în valoare de 1300 euro

60 X

Palete cu arici

240 X

Fulga de pluș

Cumpără minim 2 produse diferite Fulga în perioada 20 mai – 30 iunie 2019, intră pe site-ul www.lumeafulga.ro, joacă-te cu noi, înscrie datele de pe bonul sau factura fiscală și poti câștiga unul din premiile campaniei. Premiile sunt cu titlu de prezentare, pentru mai multe detalii consultă regulamentul de pe site.

FOCUS

Gusturi noi și combinații rapide sunt doar două dintre atu-urile rețetelor pe care vi le propun în această ediție de catalog. Ideale pentru serile calde de vară, dar și pentru a celebra cum se cuvine ziua de 1 iunie.

SALATĂ CU BROCCOLI ȘI AFINE

INGREDIENTE PENTRU 2 PORȚII: • 1 broccoli mic • 2 linguri cu afine proaspete • 70 g brânză feta • 1 legătură de mărar verde • 1 lingură cu semințe de floarea-soarelui • 5 mieji de nucă (copți) • 50 g frunze de spanac baby • Zeamă de la o lămâie • 2 linguri cu ulei de măsline • 2 linguriță cu miere de albine • Vlăstari de mazăre (decor) • Sare • Piper

Blanșează buchețelele de broccoli pentru 30 de secunde și pune-le în apă rece, pentru a opri gătirea. Amestecă afinele cu mărarul tocat, brânza sfărâmată, semințele.
Pentru sos, amestecă zeama de lămâie cu uleiul și mierea de albine, sare și piper după gust. Toarnă-l peste buchețelele de broccoli.
Montează salata pe farfurii: broccoli, mixul de afine, frunzele de spanac, nuca și vlăstarii de mazăre. Servește imediat.

MIEZ DE NUCĂ, AMBALAT
CALITATEA 1, ROMÂNIA, 330G
18,99 LEI

MIEZ CRUD DE SEMINȚE DE FLOAREA-SORELUI 365, 250G
4,19 LEI

chef
Alex Iacob

BUSUIOC AMBLAT
DELHAIZE, CALITATEA 1, ROMÂNIA, 15G

ROȘII CHERRY
BELLINO, CALITATEA 1, IMPORT, 250G

DOVLECEI
CALITATEA 1, ROMÂNIA

PIZZA CU BLAT DE CONOPIDĂ

INGREDIENTE PENTRU 2 PORȚII: • 1 conopidă mare • 6 linguri cu parmezan ras • 2 ouă (mărime M) • 220 g mozzarella (galbenă) • 4 linguri cu sos de roșii • 3 ciuperci proaspete feliate • 7 roșii cherry • 1 dovlecel mic • 1 linguriță cu oregano uscat • 2 linguri cu ulei de măsline • 10 g busuioc proaspăt • Sare

Dă conopida pe răzătoarea mare și scurge-o foarte bine. Încinge o tigaie încăpătoare (fără grăsime) și "călește" conopida, la foc mare, pentru a elimina excesul de apă (atenție, conopida nu trebuie să se rumenească!). Adaugă parmezanul și amestecă încontinuu aproximativ 1 minut. Ia de pe foc.

După 3-4 minute, adaugă ouăle și amestecă bine. Răstoarnă compoziția într-o tavă, tapetată cu hârtie de copt, și întinde-o într-un start uniform. Dă la cuptorul încins, la 220 de grade, și lasă 9-10 minute, până blatul capătă o culoare aurie.

Scoate tava și unge blatul cu sos de roșii, presară mozzarella rasă și adaugă legumele feliate. Stropește deasupra cu uleiul de măsline, presară oregano uscat și dă din nou la cuptor încă 10 minute. Scoate tava, presară busuiocul proaspăt și servește.

Scanează codul alăturat și vizionează online cum se prepară aceste rețete.

TACOS RAW VEGANI

INGREDIENTE PENTRU 3 PORȚII: • 1 avocado • 3 andive mici • ½ mango • 1 ardei gras roșu • 2 tije de apio • 1 ceapă roșie mică • 1 cățel de usturoi • 3 fire de coriandru • 1 lime • 6 roșii cherry • Miezul de la o salată • 1-2 linguri cu ulei de măsline • Sare • Piper

Taie cubulețe toate legumele, mai puțin andivele, salata, lime-ul, coriandrul și usturoiul. Toacă mărunt usturoiul și coriandrul. Amestecă-le într-un castron, adaugă uleiul, sare și piper după gust.
Umple frunzele de salată și andive cu o lingură/linguriță de compoziție. Servește-le imediat. În funcție de gust, adaugă în momentul servirii un strop de sos Tabasco.

APIO
CALITATEA 1, SPANIA

SOS DE ARDEI ROȘU
TABASCO, 60 ML
13,39 LEI

SOS DE ARDEI VERDE
TABASCO, 60 ML
13,39 LEI

CLĂTITE JUCĂUȘE

INGREDIENTE PENTRU 5 PORȚII (12 CM DIAMETRU): • 250 ml lapte • 200 g făină • 80 g zahăr tos • 1 baton de vanilie • 2 ouă mari (XL sau L) • Sare • Ulei de floarea-soarelui • 5 g praf de copt • 30 g unt topit • 250 g mascarpone • 450 ml smântână pentru frișcă • 50 g zahăr pudră • Fructe proaspete • Sirop de arțar (sau de agave) **PENTRU SIROPUL DE CĂPȘUNE:** • 250 g căpșune • 70 g sirop de arțar (sau miere)

Amestecă cu mixerul ouăle, zahărul tos și semințele de la batonul de vanilie. Separat, cerne făina cu praful de copt și un praf de sare. Toarnă treptat laptele și amestecă să nu se formeze cocoloașe și încorporează, la final, untul topit. Adaugă în compoziție și amestecul de ouă (folosește o spatulă și amestecă de jos în sus). Unge cu puțin ulei tigăile de copt și toarnă câte un polonic de compoziție. Lasă la foc mic, aproximativ 4-5 minute, apoi întoarce clătitele și mai lasă-le 3-4 minute.

Pentru sirop, pune ingredientele într-un mixer și blendează-le bine.

Bate smântâna pentru frișcă împreună cu zahărul pudră și încorporează crema mascarpone, folosind o spatulă.

Decorează clătitele cu fructe proaspete, crema de frișcă și sirop de arțar.

MASCARPONE DELHAIZE, 250G
7,99 LEI

ZAHAR BRUN NERAFINAT BILLINGTON'S, 500G
7,29 LEI

ZMEURĂ AMBALATĂ CALITATEA 1, SPANIA, 125G

Pfanner mere verzi 2L

Pfanner mandarine 2L

Pfanner lămâie-limetă 2L

Crutoane de milioane

• 4 felii de pâine (de preferat, de 1-2 zile vechime) • 2 linguri cu ulei de măsline

Taie feliile de pâine în cubulețe de 2 cm. Într-un castronel, toarnă uleiul de măsline și adaugă câte o linguriță din ingredientele enumerate. Amestecă și toarnă uleiul peste cubulețele de pâine așezate pe o tavă tapetată cu hârtie de copt. Dă la cuptor câteva minute, cât să devină aurii și crocante.

MÖVENPICK
Crafted with the Alpine Spirit

10%*

29,99
26,99 LEI

Mövenpick Înghețată cu ciocolată, cu migdale caramelizate și înghețată cu caramel sărat 500 ml

Mövenpick Înghețată cu vanilie 500 ml

Mövenpick Înghețată cu ciocolată 500 ml

Mövenpick Înghețată cu sos de sirop de arțar și bucăți de nuci caramelizate 500 ml

Nestlé Aloma

~~17,52~~
14,89 LEI

15%*

ALOMA 3în1 Cacao, vanilie și căpșuni 900 ml

ALOMA Cacao & sirop de cacao 900 ml

ALOMA 3în1 Cacao, biscuiți și alune 900 ml

ALOMA Vanilie & sirop de caramel 900 ml

Răsfață-te cu noile sortimente CARTE D'OR

~~21,99~~
16,49 LEI

NOU

SACHERTORTE
900ml

-25%
DISCOUNT

NOU

SALTED CARAMEL CHEESECAKE
900ml

Produs din cele mai fine ingrediente,
PENTRU UN GUST INTENS!

Ofertă valabilă pentru toată gama Carte d'Or 900ml în limita stocului disponibil. Imaginile sunt cu titlu de prezentare.

Înghețată vegană

INGREDIENTE PENTRU 4 PORȚII: • 6 banane foarte coapte • 200 g afine proaspete • 2 lămâi • 4 linguri cu lapte de cocos • 4 linguri cu sirop de agave
PENTRU DECOR: • fulgi de migdale • fulgi de cocos • nuci caju • semințe de susan

Decojește bananele, taie-le în cuburi mici. Pune-le într-un vas, adaugă 150 g de afine și dă la congelator pentru 6 ore.
Apoi, pune jumătate din fructele congelate în vasul de blender împreună cu zeama de la o lămâie, două linguri cu sirop de agave și tot atâtea cu lapte de cocos. Amestecă până compoziția devine cremoasă.
Pune compoziția rezultată într-un vas, închis ermetic, și dă la congelator. Repetă operațiunea de mixare cu ingredientele rămase, toarnă crema "înghețată" într-un alt vas ermetic și dă la congelator.
Pune apoi înghețata în castronele, decorează cu afinele rămase, fulgi de cocos, de migdale, nuci caju zdrobite și semințe de susan rumenite separat într-o tigaie fără grăsime.
Sugestie. În funcție de gust, poți adăuga printre ingrediente și alte fructe (căpșune, zmeură, cireșe, caise, nectarine), dar și cacao, condimente precum turmeric (sau curcumă) sau scorțișoară, extract de vanilie.

BANANE
CALITATEA 1, ECUADOR / COLUMBIA

AFINE AMBALATE
CALITATEA 1, SPANIA, 125G

GOJI
365, 100G
12,99 LEI

LAPTE DE COCOS
SHAN SHI, 400ML
14,49 LEI

CAJU CRUD
BEST, 200G
19,30 LEI

Scanează codul alăturat și vizionează online cum se prepară această rețetă.

Luna iunie este sinonimă cu VACANȚĂ!

MIC DEJUN CU JOACĂ

Indiferent ce planuri ne-am făcut pentru ziua de 1 iunie, bine ar fi să ne asigurăm că avem energia necesară pentru joacă și distracție. Ce poate fi mai frumos decât să începem joaca din bucătărie, pregătind alături de cei mici sau cei un pic mai mari, micul lor dejun preferat?

• **Ciocolată cu lapte, frișcă și biscuiți** cu topping-uri la alegere: boabe de cacao, perle de ciocolată, migdale, nucă de cocos răzuită, condiment (rețeta o găsești în numărul nostru de februarie)

• **Mingiuțe energizante din nucă de cocos** răzuită, caise deshidratate, merișoare (sau afine) deshidratate, fulgi de migdale și unt de cocos

• **Pachețele de primăvară** cu fructe de sezon *(vezi rețeta)*

• **Frigărui curcubeu**: struguri verzi, struguri negri, kiwi, banane, ananas, caise, zmeură, căpșuni, afine. Le combini după pofta inimii, le tai în cubulețe potrivite și le așezi pe un băț de frigărui. Mai multe idei găsești în numărul nostru de aprilie

• **Sandviș Dinozaur** cu șuncă, cheddar, salată și, bineînțeles, totul tăiat cu formă de dinozaur!

• **Bulete de mozzarella pane** *(vezi rețeta)*

• **Nuggets de pui** la cuptor *(vezi rețeta)*

Zilele de școală sunt destul de aglomerate pentru cei mici, cele mai multe activități fiind legate direct de învățat, chiar dacă nouă, adulților, ni se pare că studiul pianului, baletului sau al limbilor străine este un hobby.

Pentru copii, doar joaca cu jocul este joacă, nici măcar sportul nu intră totdeauna la capitolul acesta, așadar cum ar fi să încercăm pentru weekend să ne chiar jucăm și noi cu ei?

În definitiv, asta înseamnă să ne petrecem timp cu copiii, nu să le găsim o activitate care să le ocupe lor timpul.

MIERE DE TEI
HONEY LINE, 500G
15,99 LEI

MANGO READY TO EAT
CALITATEA1, CHILE / BRAZILIA

PEPENE GALIA
CALITATEA 1, SPANIA

Gustare rapidă pentru întreaga familie

PACHEȚELE CU FRUCTE

INGREDIENTE PENTRU 8 PORȚII: • 8 foi de orez • 1 mango • 1 măr verde • felie de pepene roșu • 1-2 felii de pepene galben sau 1-2 piersici • căpșuni • 1 lămâie • mentă proaspătă **PENTRU SOS:** • 100 g miere • zeama de la o lămâie • 3 linguri cu apă (opțional)

Curăță de coji pepenele galben și roșu, fructul de mango și taie-le în bastonașe potrivit de subțiri. Taie mărul în patru, curăță-l de semințe și pune-l într-un vas cu apă rece în care ai stors zeama de lămâie. Taie-l apoi bastonașe. Feliază căpșunele.

Înmoaie foile de orez, pe rând, într-un vas cu apă caldă, nu mai mult de 20 de secunde fiecare. Când se înmoaie, scoate foaia, așaz-o pe un tocător și pune pe ea bastonașele de fructe. Împachetează ca pe clătită și taie fiecare pachețel în jumătate.

Pentru sos, amestecă toate ingredientele și servește-l alături de pachețele de fructe.

BULETE DE MOZZARELLA

INGREDIENTE PENTRU 8 PORȚII: • 1 ou • 50 g făină • 50 g pesmet fin • 300 g biluțe de mozzarella • 2 crenguțe de rozmarin • ulei de floarea-soarelui • sare • piper

Sparge oul într-un castronel și bate-l cu furculița. Adaugă sare și puțin piper. Taie mărunt rozmarinul și încorporează-l în pesmet.
Scurge de zer bilele de mozzarella și tăvălește-le prin făină. Dă-le prin oul bătut și apoi prin amestecul de pesmet. Rumenește-le în uleiul fierbinte, cât devin aurii. Scoate-le pe un șervet de hârtie, să absoarbă excesul de ulei. Servește-le călduțe.

Scanează codul alăturat și vizionează online cum se prepară aceste două rețete.

ROZMARIN
KAMIS, 10G
2,79 LEI

PESMET
BĂNEASA, 500G
2,89 LEI

DIN 13 IUNIE
CĂLĂTOREȘTE
UȘOR ȘI SIGUR
CU
French Bull®
NEW YORK

Adună punctele bonus
pentru gențile de voiaj!

Reduceri
de până la
77%

Campanie valabilă în perioada
13 Iunie - 21 August 2019,
în limita stocului disponibil!

MEGA IMAGE

Poate că primăvara asta nu a fost chiar cum ne-am fi dorit-o noi, cu ieșiri la iarbă verde în weekend și plimbări prin parcurile înflorite și înverzite, dar sigur putem recupera în iunie, pentru că ne bate vara la geam.

Și cum am putea da startul la petrecere mai bine decât sărbătorind prima zi de vară, Ziua Copilului, jucându-ne și bucurându-ne alături de cei mici?

Fie că decidem să începem cu joaca în bucătărie sau fugim direct în parc cu bicicletele, rolele sau skate-urile, sau cu toate mingiile din debara, ziua nu poate fi altfel decât minunată pentru întreaga familie.

Așadar, să înceapă distracția!

EVENIMENTE CULTURALE
0800.410.900
NON-STOP, GRATUIT
SUNĂ Mega!

Lăsați telefonul, tableta, laptopul sau computerul acasă și jucați-vă!

- *Arată-le cum se juca **șotronul** în copilăria ta!*
- *Un tătic și un pitic pot juca **tenis cu piciorul** la fileu spre amuzamentul întregii găști.*
- ***Toată familia în parc**! Înălțați zmee și faceți concurs pe echipe. Mixte, nu fetele cu fetele și băieții cu băieții.*
- *Dacă între membrii familiei este și un cățel, un **Frisbee** va fi o bucurie pentru toată casa.*
- *Scoateți din debara rachetele de **badminton**!*
- *Faceți un **concurs de role**. În echipament complet, pentru că juliturile se văd cel mai bine vara.*
- *Dacă ai un copil îndemânatic la **mersul cu skateboard-ul**, încearcă să înveți și tu ceva nou. O căzătură în fund nu-ți va știrbi autoritatea!*
- *Iar dacă întreaga familie este pasionată de **biciclete**, cu pisica și cățelul în frunte (în coșuleț) și căștile de protecție pe cap, încolonarea la plimbare. Cine are un coș liber să ia și ceva de mâncare, pentru că râsul și distracția fac o foame….*

BOIA DULCE
KAMIS CONDIMENT, 20G
2,79 LEI

CIMBRU
KAMIS CONDIMENT, 10G
2,79 LEI

Întotdeauna irezistibile

NUGGETS DE PUI

INGREDIENTE PENTRU 4 PORȚII: • 500 g mușchiuleți de pui • 250 g pesmet • 1 linguriță cu cimbru uscat • 1 lingură cu boia dulce • 1-2 linguri cu ulei de măsline • sare

Pune mușchiuleții într-un castron. Presară sare și cimbru, toarnă uleiul și amestecă bine. Lasă la rece măcar 30 de minute. Separat, amestecă pesmetul cu boiaua dulce. Tăvălește bucățile de pui prin amestecul de pesmet, având grijă ca acesta să formeze o crustă compactă. Așază bucățile de pui pe tava tapetată cu hârtie de copt și dă la cuptor, 25-30 de minute, cât devin aurii. Întoarce-le pe partea cealaltă la jumătatea timpului de coacere. Servește-le calde cu un sos de iaurt sau ketchup.

Bunătăți... neașteptate

De cele mai multe ori, suntem tentați să punem în coșurile de cumpărături mai mult decât avem nevoie. Mai ales dintre acele produse perisabile, pe care indiferent de locul în are le-am depozita, vor ajunge să se strice. Cum facem să limităm, în aceste cazuri, toate aceste pierderi?

Toate legumele și fructele care rămân uitate în frigider, în lădițele special create pentru depozitarea lor, le putem transforma, cu puțină imaginație în:

- **smoothie-uri matinale** - poți folosi **morcovi**, **țelină apio**, **frunze verzi**, buchețele de **broccoli**, **avocado**, **banane**, **fructe de sezon**; combinațiile sunt nenumărate, nu ne rămâne decât să le încercăm, mai ales că nu ne va lua mai mult de câteva minute prepararea lor;
- **supe concentrate** sau acele **supe stock**, de bază, de care auzim în ultima vreme - pune la fiert în oala sub presiune, sau în orice altă oală, toate legumele care-ți prisosesc; iar dacă le speli foarte bine, le poți lăsa cu tot cu coajă; adaugă doar un strop de sare, pentru gust, și lasă să fiarbă măcar o oră; după ce se răcește, strecoară lichidul; îl poți depozita în recipiente de sticlă închise ermetic, la rece, câteva zile; sau îl poți turna în pungi cu zip (închidere ermetică) sau direct în tăvițele pentru cuburile de gheață, în congelator; supa stock este grozavă mai ales în preparate în care ai mai puține ingrediente, dar și atunci când vrei să pregătești repede o supă pentru cină;
- **dovlecelul**, **ardeii grași**, **vânăta**, **ceapa** și **usturoiul verde** sunt doar câteva dintre legumele care pot ajunge vedete într-o rețetă de **chec sau brioșă aperitiv** (*ai rețeta alăturat*);
- aceleași legume și fructe pe care am putea fi tentați să le aruncăm, pot deveni ingredientele de bază într-un **gem** sau într-o **dulceață** ce pot însoți mai târziu o friptură la cuptor; sau le mai poți mura ori congela, tăiate cubulețe, numai bune de a fi ”aruncate” apoi într-o ciorbă sau într-o tocăniță.

Scanează codul alăturat și vizionează online cum se prepară această rețetă.

BRIOȘE APERITIV

INGREDIENTE: • 220 g făină • 10 g praf de copt • 120 g cheddar ras • 3 linguri cu ulei de măsline • 180 ml lapte 3,5% grăsime • 1 ou, bătut • 1 dovlecel ras • 100 g șuncă • câteva frunze de spanac (opțional) • 4 linguri cu ardei gras colorat • 3-4 fire de ceapă verde • Ulei pentru uns formele • Sare

Încinge cuptorul la 200 de grade. Unge cu ulei formele de copt.
Într-un castron, cerne făina cu praful de copt. Adaugă brânza rasă și un praf de sare.
Într-un alt bol, amestecă laptele cu oul bătut și uleiul.
În castronul cu făină, adaugă dovlecelul ras și foarte bine scurs, câteva frunze de spanac, ceapa verde, ardeiul gras și șunca tăiate cubulețe. Răstoarnă amestecul peste ingredientele umede și omogenizează.
Umple formele de copt unse (sau tapetate cu hârtiile speciale de brioșe) și dă la cuptor pentru 25-30 de minute sau până brioșele devin aurii la culoare. Servește-le călduțe.

OUĂ, COD1, MĂRIMEA M
GUSTURI ROMÂNEȘTI, 6BUC
6,59 LEI

PRAF DE COPT
DR.OETKER, 10G
0,39 LEI

FĂINĂ ALBĂ SUPERIOARĂ 000
TITAN, 1KG
3,59 LEI

PORRIDGE
rapid și gustos

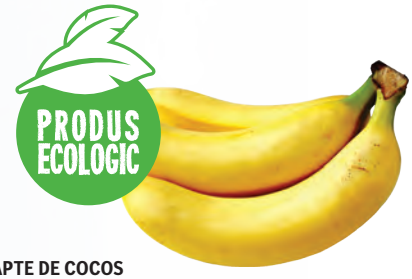
Pregătit cu laptele preferat, terciul de ovăz sau porridge-ul este un preparat foarte accesibil, gustos, hrănitor, potrivit oricărei vârste.

PORRIDGE CU FRUCTE

INGREDIENTE PENTRU 2 PORȚII: • 100 g fulgi de ovăz • 250 ml lapte • fructele preferate (banane, afine, căpșune, piersici) • 1 linguriță cu miere (opțional)

Pune pe foc, într-o crăticioară, laptele și fulgii de ovăz. Amestecă ușor și ține pe foc până ajunge la consistența dorită. La final, pentru un plus de cremozitate, poți adăuga și un cubuleț de unt. Ia de pe foc, adaugă mierea (sau alt îndulcitor) și pune terciul în castronele. Decorează cu fructele preferate și servește-l imediat!

LAPTE DE COCOS
DELHAIZE, 250ML
9,99 LEI



BANANE ECO
CALITATEA 1, ECUADOR

KIT GUSTOS pentru un ritm alert

Ca de obicei nu ai prea mult timp la dispoziție dar ți-e poftă de ceva bun și nu știi exact ce. Vrei un mic-dejun gata în doar 5 minute și foarte gustos, pentru că oricum ziua se arată lungă și aproape că ai spune neprietenoasă, cu multe ore de studiu, iar azi ai și antrenament. Sau poate vrei o salată sățioasă pe care ți-o poți pregăti în doar 15 minute? Deschide frigiderul și uită-te atent, sigur găsești ceva ce îți face cu ochiul, iar noi venim cu idei bune!

SALATĂ DE PASTE CU PESTO

GATA ÎN 15 MINUTE

2 porții

- 120 g paste orzo
- 80 g roșii cherry
- 60 g mazăre păstăi
- 60 g boabe de soia (edamame)
- 20 g parmezan (sau mozzarella)
- 2 linguri cu pesto
- 5 g frunze de busuioc

Fierbe pastele conform instrucțiunilor de pe pachet. Decongelează boabele de soia, fierbe pentru un minut păstăile de mazăre, scurge-le într-o sită. Taie în jumătăți roșiile cherry și pune-le într-un castron. Adaugă pastele scurse și păstăile de mazăre răcorite, boabele de soia, parmezanul și sosul pesto. Amestecă și toarnă într-un borcan potrivit ca dimensiune. Deasupra pune frunzele de busuioc și închide borcanul ermetic.

MOZZARELLA PALADIN, 250G

13,79 LEI

GATA ÎN 5 MINUTE

SMOOTHIE CU BANANE ȘI AFINE

o porție
- 12 banane
- 60 g afine
- zeama de la 1 lămâie

Pune în blender toate ingredientele și mixează până ajunge la consistența dorită.

LĂMÂI
CALITATEA 1, AFRICA DE SUD

AMESTEC DE SEMINȚE
365, 200G
5,49 LEI

GATA ÎN 20 MINUTE

BATOANE CU SEMINȚE

10-12 batoane
- 50 g caise deshidratate
- 50 g migdale
- 20 g semințe de pin
- 50 g nuci caju
- 20 g fulgi de cocos
- 10 g semințe de susan
- 150 g fulgi de ovăz
- 1 lingură cu ulei de cocos topit

Pune toate ingredientele, mai puțin fulgii de ovăz, în blender și mixează până obții o pastă omogenă. Adaugă și fulgii de ovăz și mai mixează 2-3 secunde. Răstoarnă compoziția pe o foaie de copt. Pune deasupra o a doua hârtie de copt și presează ușor până obții o foaie de 1 cm grosime. Taie în 10-12 pătrate/dreptunghiuri și dă la rece pentru 60 de minute înainte de a le consuma.

WINE Gallery

DESCOPERĂ WINE GALLERY ÎN:

- *MEGA IMAGE BĂNEASA*
- *MEGA IMAGE MALL VITAN*
- *MEGA IMAGE COBĂLCESCU*

Nuanțe rosé de vară

Rosé-urile din soiuri tradiționale ori din combinații mai îndrăznețe, sunt însoțitoare perfecte ale serilor călduroase de vară. În varianta simplă ori spumante, însoțesc cu succes mâncărurile ușoare și platourile cu cărnuri maturate în aceeași măsură în care se potrivesc unui cheesecake sau salatelor de fructe.

Solo Quinta rosé

Reunește aromele a cinci soiuri de struguri pentru a crea un gust unic, fermecător: Pinot Noir, Cabernet Sauvignon, Cabernet Franc, Cadarcă și Gewurztraminer. Vine cu note bogate de fructe roșii și o suită de arome seducătoare, complexe, predominant citrice.

Asociere culinară: preparate din bucătăria asiatică, brânzeturi semitari, salate cu pește sau deserturi cu fructe.

Famille Quiot Domaine Houchart Provence rosé

Cupaj de Caberet Sauvignon, Shyrah și Grenache, este un rosé cu arome de petale de trandafiri și căpșune, provenit din patria rosé-urilor de calitate.

Asociere culinară: fructe de pădure roșii, salată de fructe.

Codorniu Cava rosé

Cava clasică, cu aromă proaspătă și foarte fructată, realizată din soiurile tradiționale Monastrell, Grenache și Trepat. Arome de fructe roșii, gemuri și cassis, completate de note moi de produse de patiserie și de drojdie de îmbătrânire.

Asociere culinară: aperitiv sau meniuri cu orez.

Surori, rosé

Un cupaj de struguri Rară Neagră și Saperavi cu buchet proaspăt ce etalează note de grepfrut, căpșune, fragi și cireșe galbene, iar gustul aduce arome bogate de fructe roșii învăluite în accente citrice, care merg până în postgust.

Asociere culinară: paste, fructe de mare, preparate pe bază de pește și brânzeturi.

EQUILIBRIUM
HEALTH & WELLNESS

Secretele Cleopatrei

Despre laptele de capră și cel de măgăriță, se spune că erau nelipsite din ritualul de îngrijire al Cleopatrei.
Laptele de capră este o sursă importantă de vitamine, minerale și grăsimi bune, având în compoziție lipide, proteine, lactoză, vitamine, acizi grași esențiali, Omega 3 și Omega 6. Atât laptele de capră, cât și cel de măgăriță au proprietăți benefice în procesul de regenerare cutanată, oferind un aspect tânăr și vibrant pielii.
Și pentru că Mega Image știe exact ceea ce aveți nevoie, la Equilibrium&Health oferta de produse pe bază de lapte de capră ori măgăriță este pe măsura beneficiilor aduse!

DESCOPERĂ EQUILIBRIUM ÎN MEGA IMAGE:

- *PIAȚA SUDULUI*
- *BARBU VĂCĂRESCU*
- *BĂNEASA • PLAZA • ION MIHALACHE • MAGHERU*
- *COBĂLCESCU • PIAȚA GEMENI • AMZEI 2*
- *CONSTANȚA 1 (TOMIS)*
- *CORBEANCA 2*
- *ȘAGULUI TIMIȘOARA*

WELEDA, BALSAM PENTRU PĂR USCAT PE BAZĂ DE OVĂZ, BIO

Balsam hidratant cu ovăz organic pentru părul uscat și deteriorat ce îmbunătățește elasticitatea, rezistența și redă strălucirea părului. Fortifică și protejează de influențele externe, în același timp netezind suprafața părului. Balsamul are parfum delicat și nu conține silicon.

AMELIE, ȘAMPON NUTRITIV, BIO

Cu formula specială pentru păr uscat, fragil și despicat, șamponul nutritiv conține miere și ulei de avocado pentru regenerare, volum și hidratare a scalpului, făcând părul strălucitor și mătăsos. Recipientele produselor Bio Amelie sunt din plastic ecologic vegetal ECO-FRIENDLY, derivat din trestie de zahăr și NU sunt fabricate din petrol.

NEW ANNA, BALSAM DE CORP CU LAPTE DE CAPRĂ

Balsamul de corp cu lapte de capră ajută la refacerea pielii, încetinește îmbătrânirea, adaugă elasticitate și ajută la menținerea hidratării pielii. Lasă o senzație mătăsoasă la atingere și calmează în mod eficient iritațiile.

SO BIO, CREMĂ DE MÂINI CU LAPTE DE MĂGĂRIȚĂ

Este perfect concepută pentru a păstra catifelarea pielii tale, fără să fie lipicioasă ori grasă, fiind absorbită imediat și fără a lăsa reziduuri. Catifelează pielea lăsând un delicat miros de lapte.

SO BIO, CREMĂ DE DUȘ CU LAPTE DE MĂGĂRIȚĂ

Hidratează cu blândețe toate tipurile de piele datorită formulei sale inovative fără sulfat. Laptele de măgăriță este bogat în nutrienți esențiali, iar componentele sale permit pielii, de o manieră foarte subtilă, să se regenereze. În plus, asigură protecție pielii sensibile.

SABIO, SĂPUN CU OVĂZ ȘI LAPTE DE CAPRĂ, BIO

Recomandat pentru pielea uscată, acest săpun este formulat astfel încât să producă o spumă bogată și cremoasă, să hidrateze și cea mai uscată piele!

SABIO, SĂPUN CU LAPTE DE CAPRĂ ȘI MUȘEȚEL, BIO

Recomandat pentru pielea sensibilă, inclusiv cea delicată a copiilor și a femeilor însărcinate sau care alăptează, produce o spumă bogată și cremoasă, curăță impecabil, hidratează și oferă un răspuns optim nevoilor pielii, ajutând-o să-și redobândească echilibrul.

SO BIO, SĂPUN CU LAPTE DE MĂGĂRIȚĂ

Protejează bariera naturală de hidratare a pielii, iar utilizat seara și dimineața, săpunul lasă pielea catifelată, purificată, pregătită pentru aplicarea altor produse de îngrijire.

SOLUȚII DE TOP
PENTRU CASA TA

Persil
Detergent automat lichid pentru rufe
Diverse sortimente
2l = 40 spălări
33 99 LEI

Perwoll
Detergent lichid pentru rufe
Diverse sortimente
1.8 l = 30 spălări
24 99 LEI

Persil
Detergent automat capsule pentru rufe
Diverse sortimente
28 capsule = 28 spălări
33 99 LEI

Bref Power Aktiv
Odorizant solid pentru toaletă
Diverse sortimente
2x50 g
11 25 LEI

Somat
Soluție de clătire pentru mașina automată de spălat vase
750 ml
14 29 LEI

Somat Soluție de Clătire
- ajută la uscarea mai rapidă a vaselor
- oferă vaselor strălucire de cristal
- se adaugă în rezervorul pentru soluția de clătire ce se reumple aproximativ o dată pe lună

Somat
Detergent pentru mașina automată de spălat vase
Diverse sortimente
18 tablete / 24 tablete
25 19 LEI

Somat Gold:
- cele mai bune tablete de la Somat (12 funcții)
- folie solubilă în apă
- îndepărtează cu ușurință chiar și petele de mâncare arsă

Somat All în 1:
- tablete multifuncționale (8 funcții)
- îndepărtează cu ușurință chiar și petele de ceai și de cafea

NOUL Johnson's®

100% delicat
0% coloranți, sulfați & parabeni

Șampon 500ml
~~18 99~~
14 24 LEI

Ulei bedtime 300ml
~~18 29~~
13 72 LEI

Loțiune de spălare bedtime 500ml
~~21 69~~
16 27 LEI

Cumpără oricare 2 produse Johnson's trimite nr. bonului fiscal prin sms la 1816* și poți câștiga:

1x ședință foto profesională pentru tine și bebelușul tău

10x seturi de produse Johnson's

ALEGE CE E delicat

* sms cu tarif normal, disponibil în rețelele Orange, Vodafone și Telekom
Perioada promoției: 30.05-25.06.2019

Proaspăt și aromat

Pentru aromatizarea mâncărurilor clasice, mediteraneene ori ceva mai exotice, și chiar a deserturilor, până la parfumarea unui cocktail sau a ceaiului, plantele aromatice îți stau la îndemână și nu sunt deloc greu de întreținut.

Iar pentru a le cultiva nu ai nevoie de grădină spațioasă ci doar de un balcon ori chiar de un pervaz la bucătărie, dar să fie luminos. Așadar, cu un pic de atenție, multă dragoste, soare și apă și vei avea cele mai frumoase și gustoase plante aromatice!

Alege ghivece cu diametru de 15 cm pentru cimbru, busuioc, rozmarin și ceva mai mari, de 20-25 cm diametru, pentru salvie și creson. Și pentru că te vei bucura să te tot uiți la ele, caută ghivece din același material și aceeași culoare. Cele de teracotă sunt fantastice și dau bine aproape oriunde!

SALVIA

Este o plantă nepretențioasă, poate fi oricând transferată într-un ghiveci cu sistem de drenaj, dar și într-o jardinieră, alături de alte plante. Are nevoie de lumină din belșug iar irigarea nu trebuie să fie abundentă, pământul doar hidratat o dată la câteva zile.

Frunzele de salvie sunt un condiment popular pentru fripturi și pot fi folosite atât proaspete, cât și uscate, cele uscate au însă aromă mai puternică. Se potrivește cu oregano, cimbru, pătrunjel, rozmarin, usturoi, ceapă ori dafin în mâncăruri de carne sau legume: porc, rață, pui, pește, roșii, vinete, mazăre sau fasole.

Din salvie se face de asemenea un ceai bun, dar are și uz extern!

Frunzele proaspete de salvie pot fi depozitate, câteva zile, în frigider, departe de umezeală.

CIMBRU

O tufă de cimbru în ghiveci se adaptează bine oricărui mediu, planta având nevoie în mod special de soare.Trebuie udată moderat la 2-3 zile, dar are nevoie de lumină.

Măcinat mărunt, este folosit la condimentarea unor mâncăruri greu digerabile (fasole, mazăre, varză, ciuperci), la aromatizarea salatelor de legume, sosuri, fripturi de porc, vânat şi peşte prăjit sau fiert, cârnați, mezeluri, conserve, omletă, ochiuri, brânzeturi, murături (din varză, gogonele, castraveți, gogoşari).

Cimbrul de grădină se foloseşte și în terapia medicală.

Recoltarea cimbrului se poate face odată ce planta a înflorit. Vârfurile lăstarilor se taie fie cu un cuțit, fie cu o foarfecă.

MENTĂ

Evită expunerea directă la soare a plantei, menta preferă locurile umbroase. Trebuie udată o dată la 2-3 zile toamna și iarna și zilnic primăvara și vara. Ghiveciul trebuie să fie bine drenat, iar pământul nu are nevoie de fertilizare suplimentară. Recoltarea se poate face oricând, frunzele plantei se vor regenera și înmulți pe măsură ce sunt culese.

Se folosește pentru fasole verde sau cartofi noi, orez, năut, cuscus, sosuri pe bază de iaurt, salate, dar și carne de miel și pui. Menta este un ingredient indispensabil în băuturile revigorante şi răcoritoare, băuturile din fructe, compoturi, jeleuri. În preparatele calde, menta se adaugă cu 5-10 minute înainte ca mâncarea să fie gata.

Cel mai bun moment pentru recoltarea frunzelor de mentă este după ce planta înflorește prima dată.

15%*

STR8 RISE
Shower Gel 400 ml
~~12,99~~ 11,04 LEI

10%*

STR8 RISE
Deodorant Spray 150 ml
~~12,38~~ 11,14 LEI

15%*

STR8 RISE
After Shave Lotion 100 ml
~~22,07~~ 18,38 LEI

15%*

STR8 RISE
Eau de Toilette 100 ml
~~43,99~~ 31,94 LEI

*promoție valabilă în perioada 30.05 - 25.06.2019

*Imagini cu titlu de prezentare. Perioadă campanie 01.05 - 30.06.2019. Valoare premii 15386.2 lei fără TVA. **Înscrierea în tombolă se poate face prin trimiterea unui SMS la numărul 1846 cu textul RISE urmat de numărul bonului fiscal sau online pe www.GOFORGREAT.ro la secțiunea ÎNSCRIE BON sau prin trimiterea unei fotografii cu bonul fiscal aferent achiziției produselor STR8 prin WhatsApp la numărul 0728349882 sau prin Facebook Messenger pe pagina STR8 Romania. Pentru detalii complete și regulament intră pe www.GOFORGREAT.ro

SIMTE VARA ÎN RITMUL TĂU

@ ELECTRIC CASTLE

Cumpără produse în valoare de minimum 19 lei din gamele **Fa**, **Palette**, **Gliss**, **got2b**, **LIVE**, **#Pure Color**, **Taft** sau **Beology**, înscrie-te pe **henkeltepremiaza.ro** și poți câștiga*:

5x INVITAȚII DUBLE

10x KITURI DE FESTIVAL

4x CĂȘTI WIRELESS

Taft
Fixativ/Spumă
Diverse sortimente
250/250 ml per buc.
~~13,96~~ LEI
11,87 LEI

15%*

Gliss
Șampon/Balsam
Diverse sortimente
250/200 ml per buc.
~~12,18~~ LEI
10,35 LEI

15%*

10%*

Pure Color
Vopsea pentru păr
Diverse sortimente
Preț per buc.
~~25,10~~ LEI
22,59 LEI

TVA inclus. Perioada promoției 01-30.06.2019. Campania se adresează persoanelor fizice. Mai multe detalii în regulament, disponibil în mod gratuit pe henkeltepremiaza.ro și la sediul organizatorului Henkel Romania S.R.L, str. Ioniță Vornicul 1-7, București. Imaginile sunt cu titlu de prezentare.

Pregătiți de plajă

Oricât de mult iubim soarele și apa mării, folosește produse cu protecție solară și evită să te expui la orele amiezii, atunci când radiațiile ultra violete ating pragul maxim.

15%*

LOȚIUNE PROTECȚIE SOLARĂ, SPF20
GEROVITAL SUN, 150ML
~~25,99~~ **22,09 LEI**

12%*

SPRAY PROTECȚIE SOLARĂ ȘI BRONZ, FPS30
NIVEA SUN, 200ML
~~49,99~~ **43,99 LEI**

12%*

LOȚIUNE PROTECȚIE SOLARĂ PENTRU COPII, SPF50
NIVEA SUN, 200ML
~~49,99~~ **43,99 LEI**

12%*

SPRAY HIDRATANT RĂCORITOR DUPĂ PLAJĂ
NIVEA SUN, 200ML
~~24,99~~ **21,99 LEI**

15%*

ULEI BRONZANT PROTECTOR, SPF10
GEROVITAL SUN, 150ML
~~20,69~~
17,59 LEI

15%*

ULEI SPRAY PENTRU BRONZARE ACCELERATĂ, SPF15
PIZ BUIN, 150ML
~~54,99~~ **46,74 LEI**

15%*

LOȚIUNE SPRAY DUPĂ PLAJĂ
ELMIPLANT, 200ML
~~16,49~~ **14,02 LEI**

**la un produs cumpărat; preț valabil prin casa de marcat.*

WOW IT'S RAW & BIO

PENTRU CĂ NE PLAC VITAMINELE SI ENZIMELE
AŞA CUM LE-A LĂSAT MAMA-NATURĂ,
PRODUSELE NOASTRE NU SUNT TRATATE TERMIC.
URBAN MONKEY ESTE PUR ŞI SIMPLU RAW!

Te-ai întrebat vreodată de ce sucul are mereu același gust și deloc asemănător cu al fructelor pe care le conține? Aceasta se datorează faptului că acestea sunt omogenizate și pasteurizate prin căldură. Ca și dvs. acasă, noi nu încălzim sucurile, deoarece acest proces ar distruge vitaminele, enzimele și alți nutrienți. Sucuri nepasteurizate. Astfel beneficiezi de gustul proaspăt și toți nutrienții, vitaminele, enzimele, antioxidanții, micronutrienții fructelor și legumelor proaspete.

Necesarul zilnic de nutrienți pentru organism se găsește în fructe și legume.

Băuturile RAW te ajută să primești porția zilnică de vitamine, fiind 100% naturale, din fructe și legume.

PROCESARE LA PRESIUNE ÎNALTĂ (HPP)

Băuturile Urban Monkey sunt păstrate prin presare la rece. Astfel, se evită oxidarea, se păstrează vitaminele, enzimele și gustul fresh.

Dr. Oetker

GUSEPPE HAM & MUSHROOM 425 g
Dr. Oetker
Pizza cu șuncă și ciuperci

~~11,75~~ 9,99 LEI

GUSEPPE HAM 410 g
Dr. Oetker
Pizza cu șuncă

~~11,75~~ 9,99 LEI

GUSEPPE SALAMI 380 G
Dr. Oetker
Pizza cu salam

~~11,75~~ 9,99 LEI

*la un produs cumpărat; preț valabil prin casa de marcat.

E ZIUA LOR,
ziua năzdrăvanilor.

KINDER SCHOKO-BONS
125 gr.

KINDER CHOCOLATE
100 gr.

KINDER JOY
20 gr.

Kinder